

بسم الله الرحمن الرحيم

دانشگاه علوم پزشکی قزوین

مشکلات شایع یائسگی و پاتولوژی آنها

کبری حمزه ای دانشجوی ارشد مامایی

استاد مربوطه:

خانم دکتر محمدی

يائسگي

يائسگي يك پدیده فیزیولوژیک است که در دهه پنجم زندگي هر زني تدريجاً آغاز مي گردد.

حذف پيشرونده استروژن در اين دوره کاهش تدريجي فعاليت هاي وابسته به استروژن در بدن را بدنبال خواهد داشت . از جمله تخمک گذاري - قاعدگي، جمع شدن بافت واژن و ولو و در نتیجه آتروفي ژنراليزه همه بافت هاي وابسته به استروژن.

اين دوره طولاني از دهه 40 تا 70 زندگي طول خواهد کشيد.

جنبه هاي كلينيكي

- 1- همه زن هاي يائسه ممكن است علائم آتروفي پيشرونده ژنيتال را نداشته باشند.
- 2- زنان لاغر احتمال بيشتري دارد كه نسبت به زن هاي چاق علائم محروميت از استروژن را نشان دهند.
- 3- زن هاي چاق نسبت به بيماريهاي نظير DUB هيپرپلازي و نئوپلازي رحمي مستعدتر هستند .
- 4- گرگرفتگي و افزايش گنادوتروپين قبل منو پوز ممكن است شروع و عليرغم افزايش هورمون ها بتدريج از بين برود.
- 5- استرس چه بصورت حاد و چه مزمن ممكن است باعث خونريزي واژينال در زنان يائسه شود.
- 6- هيرسوتيسم ممكن است در زنان يائسه عود كند يا شروع شود.

تغییرات ناشی از کمبود استروژن (یائسگی)

- 1- استوپروزیس
- 2- بیماریهای قلبی - عروقی
- 3- تغییرات آتروفیک
- 4- اثرات روانی و بیماریهای ادراکی و آلزایمر
- 5- علائم وازوموتور
- 6- تغییرات پستانها

استئوپروزیس (پوکی استخوان)

*پوکی استخوان عبارت است از کاهش پیشرونده توده استخوانی در حالیکه عناصر معدنی در ماتریکس استخوان به نسبت طبیعی وجود دارند.

*همه انسان ها (زن و مرد) بعد از 30 سالگی شروع به کاهش توده استخوانی می کنند و در زن ها بعد از یائسگی توده استخوانی با سرعت بیشتری برداشت می شود و به همین دلیل پوکی استخوان در زن ها شایعتر از مرد ها است.

*فعالیت فیزیکی کمتر ، کمبود کلسیم در رژیم غذایی و سیگار کشیدن منجر به افزایش سرعت ایجاد استئوپروز و شروع زودتر آن می گردد.

استئوپروزیس (پوکی استخوان)

* مصرف استروژن بعد از یائسگی می تواند باعث افزایش توده استخوانی و کاهش سرعت ایجاد استئوپروز شود.

* پوکی استخوان منجر به افزایش شکستگی های استخوانی می شود.

* برای جلوگیری از افزایش شکستگی های ناشی از استئوپروز در سنین بعد از 75 سالگی مدت مصرف استروژن باید خیلی طولانی باشد.

* مصرف کوتاه مدت استروژن اثر جلوگیری کننده ندارد.

* مصرف استروژن نمی تواند باعث درمان استئوپروز شود بلکه از ایجاد یا پیشرفت جلوگیری می کند.

نشانه های پوکی استخوان

درد ، محدودیت حرکت ، کاهش قد

*درد پشت ، کاهش طول قد و کاهش حرکت ناشی از شکستگی جسم مهره ها ست.

% 50 * زنان بالای 65 سال داری شکستگی های فشاری ستون مهره ها می شوند که تقریباً در دو سوم آنها تشخیص داده نمی شود.

* هر شکستگی فشاری کامل باعث کاهش يك سانتی متر از طول قد می گردد.

* شایعترین محل شکستگی مهره ها ، دوازدهمین مهره توراسیک و سه مهره اول کمری است.

نشانه های پوکی استخوان

* درد شدید نشانه شکستگی حاد است و معمولاً در مدت ۲ - ۳ ماه فروکش می کند.

* دردهای مزمن و اشکال یا تأخیر در راه رفتن معمولاً به علت افزایش انحناي کمری است . این درد نیز معمولاً در مدت ۶ ماه فروکش می کند.

* در صورت درد مداوم و حاد باید شکستگی های متعدد را بخاطر داشت.

* شکستگی می تواند در هر قسمت دیگری از بدن از جمله هومروس - فمور ، دسیتال بازو و دنده ها اتفاق بیفتد.

% 80 * شکستگی های لگن با استئوپروز در ارتباط است و اکثر باعث افزایش مرگ و میر و ناتوانی دائمی می گردند.

نشانه های پوکی استخوان

- * ضایعات دندانی ناشی از فقدان بافت استخوانی آلوئل های دندانی به شدت با استئوپروز در ارتباط است و منجر به از دست رفتن دندان ها می گردد.
- * ضایعات دندانی با سیگار کشیدن تشدید می شود.

بیماریهای قلبی_عروقی

* با افزایش سن (دوران پیری) شیوع بیماریهای قلبی عروقی در زنان و مردان دو برابر می شود.

* کاهش مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی با قطع مصرف سیگار ، کنترل فشار خون و پایین نگهداشتن سطح کلسترول امکان پذیر است.

* استروژن يك اثر محافظتي در مقابل بیماریهای قلبی عروقی دارد و در صورت استفاده صحیح می توان باعث کاهش ریسك بیماری گردد.

* چاقی به هنگام یائسگی در اثر تغییرات هورمونی نمی باشد . بلکه منعکس کننده رژیم غذایی ، ورزش و افزایش سن است.

تغییرات آتروفیک

معمولاً چندین سال پس از یائسگی بعلت عدم تولید استروژن آتروفی سطوح مخاطی واژن دیده می شود.

بیمارهایی ناشی از آتروفی مخاط واژن عبارتند از:

- 1 - واژنیت آتروفیک
- 2 - یورتريت
- 3 - دیس پارونیا
- 4 - بی اختیاری ادراری

علائم واژنیت

- 1سوزش
- 2خارش
- 3افزایش ترشح واژینال (ترشحات چرکی – خونی)
- 4مقاربت دردناک

***نکته مهم**

بسیاری از سرطان های دستگاه تناسلی با علائم فوق شروع می شود.

درمان واژنیت

- 1- آنتی بیوتیک مناسب
- 2- درمان هورمونی
- 3- استفاده از لوبریکانت

بي اختياري ادراری

دفع غير ارادي ادرار يك مشكل اجتماعي - بهداشتي است كه با افزايش سن و يائسگي تشديد مي شود . علت آن كاهش تونيستيه عضلات لگني بعلت مشكلات پيري و آتروفي عضلاني ناشي از كاهش هورموني است . در صورت مواجهه با اين مشكل بررسي بيماري ضروري است.

بي اختياري ادراري مي تواند ناشي از مواد زير باشد:

- 1 - مصرف داروهاي مختلف
- 2 - عفونت و سنگهاي ادراري
- 3 - ديابت
- 4 - مشكلات رواني
- 5 - بيماريهاي دستگاه عصبي مركزي و نخاعي

درمان

- 1- حذف داروها یا کاهش مصرف دارو
- 2- تمرین جهت تخلیه ادرار
- 3- هورمون استروژن موضعی
- 4- بررسی از نظر عفونت ، سنگ و دیابت
- 5- در صورت شك به بیماریهای عصبی - روانی ارجاع به متخصص

خسته نباشید